

40歳を過ぎたら 行こう！健・検診

～健診・検診で未来の自分を見つめよう～

今年度の特定健診は、受けましたか？
自覚症状の有無にかかわらず、毎年受診して健康状態を確かめましょう。

■ 受診できる特定健診・がん検診

20～39歳女性

職場などで受診機会がない人

市子宮頸がん検診
2年に1回受診できます ※受診券は不要

40歳～

新潟市国民健康保険加入者

後期高齢者医療制度加入者

その他の健康保険加入者

・市特定健診
・市がん検診

・市後期高齢者健診
・市がん検診

職場や保険証の発行元
(保険者)に確認

●がん検診は、年齢や加入している健康保険によって異なります。詳しくは保険者にお問い合わせください。

●新潟市の受診券は、40歳以上の新潟市国民健康保険や後期高齢者医療制度加入者のほか、その他の健康保険加入者でがん検診の受診機会がないと思われる人にも発送しています。新潟市国民健康保険、後期高齢者医療制度加入者以外でがん検診の受診券が必要な人は、健康福祉課健康増進係にお問い合わせください。

●新潟市の特定健診やがん検診については、＝右の二次元コード＝または新潟市ホームページからも確認できます。

中央区健康づくり
サポーター
なか ちかこ
中 央 子

特定健診はお得！
・新潟市国民健康保険加入者の特定健診
通常9,000円→40～59歳は**500円**
60歳以上は**無料**
※通院中でも受診できます。
かかりつけの医師と相談してください。

「未来は今日から健康な自分へつなぐ」

令和8年度
各種検診の
ご案内

受診券 在 中

封を開けて
どの検診をいつ受けるか
決めてください

健康福祉課健康増進係

特定健診

各種がん検診

健康福祉課健康増進係(☎223-7246)

健康・福祉

■こどもの健康診査

案内と問診票は、対象者に郵送します。
時間や持ち物などは案内でご確認ください。
◎フッ化物塗布あり(希望者のみ) **¥1,020円**
☎健康福祉課健康増進係(☎223-7237)

■股関節検診・母体保護相談

超音波検査料 **¥2,800円**

■1歳誕生歯科健康診査◎

※子育てを応援するため「ブックスタート」を健診終了後に実施

■1歳6カ月児健康診査◎

■3歳児健康診査◎

3歳6カ月ごろのこどもが対象

■安産教室「ウェルカム赤ちゃん講座」妊婦期

☎10月9日(金)午後1時30分～3時30分
※受け付けは1時15分から
☎東地域保健福祉センター
☎赤ちゃん人形を使った沐浴・抱っこ体験、産後のこととからだの話、グループワーク
☎出産予定月が令和8年11月～令和9年1月までの中央区在住のおおむね妊娠30週以降の妊婦先着20人(家族・パートナーいずれか1人の同伴可)
☎9月9日(水)から25日(金)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7237)へ

■基本の体づくりセミナー 一般

☎10月14日(水)午前9時30分～11時45分
※受け付けは9時15分から
☎陸上競技場
☎生活習慣病予防のための食事の話、筋力トレーニングやストレッチの実践
☎中央区在住のおおむね75歳までの人
☎あす7日(月)から9月30日(水)までに電話で健康福祉課健康増進係(☎223-7246)へ

■より良いマタニティライフを応援
マタニティ・ヨガ

☎妊娠中の人、出産を考えている人
☎実施日の3日前までに電話で各施設へ
時間 午前10時～11時

期日	会場	定員(先着)
10/17(土)	八千代子育て支援センター ちゅうりっぷ(川岸町1) (☎230-8211)	2組
11/28(土)	鳥屋野子育て支援センター あいあい(鳥屋野4) (☎283-7131)	6組

公民館・図書館

鳥屋野地区公民館 ☎285-2371
〒950-0972 中央区新和3-3-1

■子育てサロン「ふらっと」

☎9月14日・28日(いずれも月曜)午前10時～11時30分
☎自由遊び、情報交換 ※出入り自由
☎未就園児と保護者10組程度

■乳児期家庭教育学級「ばんび学級はぐはぐ」

☎令和8年4～6月生まれのこどもの保護者16人
※抽選(保育あり、定員12人)
☎9月30日(水)までに＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み
時間 午前10時～正午

期日	内容
10/20(火)	赤ちゃんを学ぼう～赤ちゃんのいるくらし
10/27(火)	赤ちゃんと育つ～赤ちゃん和我们たちのココロについて
11/7(土)	夫婦で聴きあおう～こんな家族に育ってきたい
11/10(火)	ひとりじゃないよ～楽しくみんなで支え合う

東地区公民館 ☎241-4119
〒950-0083 中央区蒲原町7-1

■「シャイニング・スターズ」発足25周年コンサート

☎9月12日(土)午後1時30分～
※開場は午後1時から
☎同館で活動するハーモニカバンド「シャイニング・スターズ」の発足25周年記念コンサート
詳細はこちら

■シニアのためのスマホデビュー講座(全2回)

☎10月6日・13日(いずれも火曜)午後1時～3時
☎スマートフォンの基本的な使い方を学ぶ
☎おおむね65歳以上の人先着20人
☎あす7日(月)午前9時から電話で同館へ

関屋地区公民館 ☎266-4939
〒951-8164 中央区関屋昭和町3-148-1
※電気設備改修工事のため、
9月9日(水)・10日(木)は臨時休館とします。

■関屋モーニングサロン

☎先着80人 **¥1,000円**(初回一括納付)
☎あす7日(月)午前9時から電話で同館へ
時間 午前10時～正午

期日	内容
9/18(金)	新潟清酒の魅力～その特徴と背景
10/16(金)	にいがた映画130年史～新潟が生んだ偉大な映画評論家 佐藤忠男
11/20(金)	知っていそうで知らない!?口の中
12/18(金)	津軽三味線ライブ
1/15(金)	笑いましょう！楽しみましょう！

■大人のための朗読入門

～声に出して読む愉しみ(全6回)

☎9月30日(水)、10月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)、11月1日(日)午後1時30分～3時30分

☎朗読の基本や物語を読む楽しさをプロのアナウンサーから学ぶ

☎20人 ※抽選
☎3,000円(初回一括納付)
☎9月14日(月)までに＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み

■わくわくランド

☎小学1年生～6年生25人 ※抽選
☎9月16日(水)までに＝右の二次元コード＝を読み取り申し込み
時間 午前9時30分～11時30分

期日	内容	参加費
10/10(土)	チーム対抗！ 飛ばしてみよって	無料
11/14(土)	大学生とあそぼう (人形劇とゲーム)	無料
12/12(土)	筆ペンアート	200円
1/9(土)	ご当地焼きそばを作ろう	300円

図書館

■おはなしのじかん

☎絵本の読み聞かせ、わらべうた、紙芝居、職員による「絵本なんでも相談タイム」など
・詳しい日時はホームページ＝右の二次元コード＝から確認してください。
・下記の日程で赤ちゃんと気兼ねなく過ごせる「赤ちゃんタイム」を開催します。

会場・問い合わせ	赤ちゃんタイム日時
ほんぽーと中央図書館 (☎246-7700)	毎週火・木曜日 10:00～13:00
舟江図書館 (☎223-3235)	毎週木曜日 10:00～17:00
鳥屋野図書館 (☎285-2372)	毎週金曜日 10:00～12:00
生涯学習センター図書館 (☎224-2120)	毎週金曜日 10:00～17:00

お知らせ

市役所、区役所、関係機関からの情報を掲載します。

■不動産の無料相談会

☎10月2日(金)午後1時～4時
☎クロスパルにいがた
☎不動産の価格決定や賃貸等についての相談
☎先着30人
☎電話で県不動産鑑定士協会(☎225-2873)へ

☎＝日時 ☎＝会場 ☎＝内容 ☎＝対象・定員 ☎＝持ち物 ☎＝参加費(記載のないものは無料) ☎＝申し込み(記載のないものは当日直接会場) ☎＝問い合わせ